

**Universidad Miguel Hernández**  
**Facultad de Ciencias Sociales y Jurídicas de**  
**Elche**

**Titulación de Periodismo**

Trabajo Fin de Grado

Curso académico 2018/2019



**El auge y la importancia del coaching deportivo**

*The rise and the importance of sports coaching*

Alumno/a: José Antonio Guillén Pérez

Tutor/a: Beatriz Bonete López

# ÍNDICE

<b>Resumen</b> .....	3
<b>Palabras clave</b> .....	3
<b>Abstract</b> .....	3
<b>Key Words</b> .....	4
<b>1. Introducción</b>	
1.1. ¿Dónde nace el coaching deportivo? .....	5
1.2. El padre deportivo: el entrenador.....	6
1.3. Los padres, el elemento diferenciador.....	8
1.4. Los jugadores son la figura clave.....	9
1.5. Estado de cuestión.....	10
<b>2. Método</b>	
2.1. ¿De dónde surge el interés por el tema? .....	12
2.2. Objetivo.....	13
2.3. Instrumentos.....	14
2.4. Procedimientos.....	15
2.5. Entrevistas.....	16
<b>3. Resultados</b>	
3.1. Análisis de los test.....	19
3.2. Impacto en los medios de comunicación.....	27
<b>4. Conclusiones</b> .....	30
<b>5. Bibliografía y fuentes documentales</b> .....	33
<b>Anexo I: Anteproyecto</b> .....	36
1.1. Definición de la temática y el enfoque.....	36
1.2. Presentación de los objetivos de la investigación.....	37
1.3. Cronograma de trabajo.....	38
1.4. Relación de documentación recabada sobre el asunto.....	38
1.5. Selección y presentación de las fuentes que aparecerán en la investigación...39	
<b>Anexo II: Test realizado</b> .....	39
<b>Anexo III: Entrevistas</b> .....	42

## **Resumen**

El coaching deportivo es una rama que con el paso del tiempo ha ido ganando más peso en nuestra sociedad. La importancia que tiene tener a los deportistas con una fuerza mental para que estos puedan llegar al éxito es algo fundamental en lo que trabaja día a día la figura del coaching deportivo. Expertos sobre la materia hacen especial hincapié en que, ya desde bien pequeños, se le tienen que inculcar a los futuros profesionales unos valores y parámetros determinados para que en su futuro no muy lejano tengan las condiciones necesarias para triunfar. Por ello, decidí indagar en el objetivo del estudio realizado, que el observar y demostrar el auge y la expansión que está teniendo la rama del coaching deportivo. Además, eso es algo que se trasmite de generación en generación. Es decir, esto viene de más atrás, por lo que si a ti te han enseñado esas aptitudes en un pasado, se las transmitirás a tus hijos casi de manera innata. De esa manera, se estará dando un paso importante hacia su formación, cosa que se puede ver de manera más que clara a través de los gráficos sobre las soluciones de unos test psicológicos orientados hacia ellos. Sin embargo, lo cierto es que en este país este tema no está respaldado como se merece por los medios de comunicación, ya que son muy pocos los que hacen “eco” de su repercusión. No obstante, lo que también es cierto es que, en determinados meses (abril, mayo y junio), el número de publicaciones en relación al coaching deportivo crece aunque no en muy alta medida.

## **Palabras clave**

Coaching deportivo, expertos, crecimiento, deportistas de élite, investigación

## **Abstract**

Sports coaching is a branch that over time has been gaining more weight in our society. The importance of having athletes with a mental strength so that they can achieve success is fundamental in what the figure of sports coaching works day by day. Experts on the subject put special emphasis on the fact that, since they are very young, certain values and parameters have to be inculcated to future professionals so that in their not too distant future they have the necessary conditions to succeed. Therefore, I decided to investigate the objective of the study, which is to observe and demonstrate the boom and expansion that the branch of sports coaching is having. In addition, that is something that is transmitted from generation to generation. That is, this comes from

further back, so if you have been taught those skills in the past, you will transmit them to your children almost innately. In this way, an important step will be taken towards their formation, something that can be seen in a more than clear way through the graphics on the solutions of psychological tests oriented towards them. However, the truth is that in this country this issue is not backed up as it deserves by the media, as there are very few who "echo" its impact. However, what is also true is that, in certain months (April, May and June), the number of publications in relation to sports coaching is growing, although not to a very high degree.

## **Key Words**

Sports coaching, experts, growth, elite athletes, investigation



# INTRODUCCIÓN

## 1. ¿Dónde nace el coaching deportivo?

Si bien es cierto que en la actualidad, no existe una única y universal definición de coaching, también lo es que una de las que más se asemeja a la realidad es la que da el Instituto de Estudios Deportivos (IEsports) (2015): “El coaching deportivo es un proceso de entrenamiento y un aprendizaje para que el deportista haga emerger sus habilidades y capacidades, traduciéndolas en éxitos deportivos. Para lograr esas metas trabaja desde la motivación hasta la implicación y el compromiso con los propios objetivos”.

Y es que, se trata de una disciplina que ha ido ganando en enteros durante los últimos años. A pesar de las diversas críticas que recibe esta modalidad, lo cierto es que es capaz de hacer frente a todas ellas y, si se consigue el objetivo de aplicar bien lo que se expone, la persona afectada puede mejorar notablemente en su desarrollo personal, profesional, educativo y deportivo. En estos párrafos, nos centraremos en una de esas ramas que es capaz de maximizar el potencial y las cualidades de un deportista o atleta: el coaching deportivo.

Sin embargo, no se puede explicar con creces lo que supone esta modalidad sin antes centrarnos en su nacimiento y significado. A pesar de que los orígenes del coaching van ligados a la época de Sócrates, lo cierto es que el concepto coaching deportivo, en el término en el que lo conocemos hoy en día, tiene su origen allá por los años 70 en los Estados Unidos de América. Concretamente en la figura del ex-tenista W. Timothy Gallwey, quién al finalizar su carrera y comenzar su carrera como entrenador. El de San Francisco, (Estados Unidos), se dio cuenta de la importancia que tenían los aspectos morales, mentales y psicológicos para que un deportista y/o atleta en el desarrollo de su carrera para que estos fueran correctamente por el camino del éxito.

A partir de entonces, han sido muchas las personas interesadas en indagar en este joven pero muy amplio mundillo, para así aumentar sus conocimientos sobre cómo tratar a deportistas de élite, formándolos ya desde el inicio de su carrera deportiva, para tratar de organizar unas bases sólidas que permitan al árbol deportivo, psicológico y educativo, crecer como nosotros deseamos.

Con todo ello, y ya adentrados en el tema tras haber comprendido las claves que llevan a conseguir el éxito que queremos tratar, hay que hacer hincapié en el deporte rey que azota constantemente nuestras vidas de manera más que notable: el fútbol. Y es que, una de las figuras que más conoce este mundo es Joaquín Valentí. Según Joaquín (2018): “un entrenador tiene un título. Un líder inspira a sus jugadores”. Es aquí donde aparece el problema para Coach, Mentor y Trainer que a día de hoy trabaja en varias escuelas de fútbol base, entre las que destaca el Getafe CF. Y es la figura del coach el que tiene que solucionarlo, el que tiene que hacer poder pasar de un nivel a otro.

## 1.2 El padre deportivo: el entrenador

Según el libro “21 claves + 3 herramientas para liderar equipos” del autor anteriormente citado (Valentí, 2018), el experto quiere dar a conocer sus conocimientos y habilidades acerca sobre el comportamiento psicológico en el deporte. Para ello, expone una serie de pautas y técnicas que a un entrenador le puede venir más que bien a la hora de hacer frente a un grupo de 22/23 futbolistas. En él, el entrenador puede, en palabras del propio Joaquín (2018): “aprender habilidades de liderazgo, herramientas prácticas para el desempeño de la labor como entrenador, ser capaz de detectar la importancia de los valores y gestionar el éxito y el fracaso, entre otras muchas más cosas”.

No obstante, es importante remarcar que esta figura del entrenador no es unipartidista y existen muchos tipos de personalidades en relación a ellos y, según el Técnico Superior en Animación de Actividades Físicas y Deportivas (TAFAD) de Madrid (2007) y por Christian Gómez (2012) -psicólogo del deporte-, estos son los diferentes tipos de técnicos que pueden existir:

- 1) **Entrenador democrático:** Él es el jefe al que se le tiene respeto. Un respeto que se lo ha ganado con su actitud, ya que permite opinar al grupo haciéndoles partícipes de las decisiones. Es decir, hace un trabajo multidisciplinar. Además, cree en el poder del grupo para hacer la toma de decisiones y premia a los que se lo merecen, basándose en los hechos tanto para lo positivo como para lo negativo. Sin embargo, para que un técnico con esta personalidad pueda reinar en un equipo, el vestuario estar ya formado para la toma de decisiones y tiene que ser maduro, lo que conllevará a unos resultados de mayor calidad. Por lo tanto, las ventajas de esta figura conllevan a que exista un gran ambiente en el equipo, ya que siempre van a

haber buenas relaciones entre el staff y jugadores y se motivará mucho más al grupo. Pero ojo, todo este “buen rollo” puede hacer que la figura del líder pueda ser sobrepasada por la del equipo, por lo que el entrenador debe ser consciente que siempre tienen que estar las diferencias jerárquicas claras.

2) **Entrenador autoritario:** La cara opuesta al democrático. Este tipo de entrenador es aquel que toma las decisiones sin consultar nada a nadie basándose en una comunicación descendente líder-subordinado. Ello origina que absorba toda la responsabilidad del grupo queriendo sacar siempre el máximo de sus jugadores. Así, podrá conseguir que el equipo desarrolle una mejor manera de funcionar basado en la “cabeza saliente” del vestuario, que es el propio entrenador. Sin embargo, la personalidad de este personaje puede producir un mal ambiente con los “gallitos” del grupo, aparte de que no siempre es positivo ser el centro de atención.

3) **Entrenador elocuente:** Es lo más cercano que hay al “padre deportivo”. En este aspecto, suelen tener un comportamiento cercano a los jugadores, sutil y diplomático, es decir, casi paternalista. Son expertos en llevar situaciones delicadas y con poca motivación en equipos que está pasando por momentos difíciles y, en sobretodos, a jugadores “especiales”. A veces, incluso permite al grupo tomar decisiones libremente, dando mucha libertad al grupo y apareciendo él en escena en situaciones estrictamente necesarias. Esto permite que en los vestuarios existan momentos de armonía y tranquilidad siempre necesarios para liberar toda la tensión acumulada de una época amarga. Pero hay que llevar cuidado, ya que hay que evitar que esa libertad se convierta en “hacer lo que me da la gana”.

En el mundo del fútbol actual y moderno se ha demostrado con el paso de los que -más o menos durante las dos últimas décadas-, han brillado aquellos entrenadores democráticos. Ya bien sea Carlo Ancelotti, Zinedine Zidane, Pep Guardiola, o incluso dos de los técnicos nacionales más importantes de nuestra historia cómo Vicente Del Bosque o Luis Aragonés.

Todos ellos, entre muchos otros, tienen algo en común: son respetados por los vestuarios dónde han entrenado y le han protagonismo a los jugadores y no quieren

resaltar por encima del resto. Y el tiempo les ha dado la razón se convirtiéndolos en algunos los entrenadores más laureados del fútbol mundial en los últimos años.

### 1.3 Los padres, el elemento diferenciador

"Cuando tu hijo practica deporte, también se educa y es importante que como padres se tome conciencia de lo que aporta como herramienta educativa y psicológica a tu hijo", (Ramírez Loeffler, 2019). Con esta cita definía Patricia, Psicóloga del Deporte y la Salud el papel clave que juegan los padres en el ámbito deportivo y educativo. Y es que, en mayor o menor medida, el deporte y, en especial el fútbol, se vuelve en una especie de maqueta orientativa para formar ya desde bien pequeños a trabajar en equipo.

Por todo ello, cada vez son más los padres y madres que se vuelcan con sus pequeños en la práctica deportiva, ya bien sea acompañándolos, animándolos o teniendo comportamientos más o menos positivos respecto a ellos. Así, el deporte ha creado un nuevo mundo entre padres que se han aficionado en ver, acompañar y animar a sus hijos, lo que permite también en la mayoría de las ocasiones estrechar vínculos entre ambos. Pero por desgracia, también existen aquellos padres que cruzan los límites deportivos y pueden llegar a ser agresivos, sin importar de la imagen que está transmitiendo a sus hijos y los demás niños presentes.

De esta manera, cómo la propia Patricia expone en varios de sus libros, se pueden diferenciar claramente varias figuras respecto al comportamiento de los padres con su hijo en el fútbol y, por consecuente, en el deporte en general. Además, su teoría se apoya con el artículo de "*El Norte de Castilla*" (Varela, 2017), dónde hace la siguiente diferenciación:

- 1) **Padre entrenador:** Cómo su propio nombre indica, este tipo de padre son aquellos que se pasan los partidos dando órdenes desde fuera creyéndose los propios entrenadores. Esta actitud provoca que se esté presionando al niño ya que, en numerosas ocasiones, sus indicaciones son contrarias a las del técnico.
- 2) **Padre competitivo:** Se olvida de todo y se centra únicamente en que su hijo saque lo mejor de sí mismo y se entregue al máximo en cada partido. Haciendo eso, se olvida de que su hijo no es un jugador profesional y de los valores en el deporte que están por encima de competir.

3) **Padre pesado:** Muestra a la gente constantemente lo bueno que es su hijo y el gran futuro que puede llegar a tener. Aunque directamente no está presionando a su hijo, inconscientemente le está añadiendo una presión extra.

4) **Padre tóxico:** Desgraciadamente siguen existiendo a día de hoy padres de este tipo. Se basan en gritar y avergonzar desde fuera al niño. Eso, sumado a que constantemente está cuestionando las decisiones del entrenador e insultando al árbitro o al rival. Un ejemplo que ningún hijo querría tener.

5) **Padre positivo:** Intenta animar regularmente a su hijo, transmitiéndole la ilusión necesaria por el deporte, independientemente del resultado. Además, da la enhorabuena y felicita al jugador por practicar su deporte favorito y no por ganar. Esto hace que también tienda a animar, reforzar y preocuparse por los entrenamientos y partidos.

6) **Padre comprometido:** Se vuelca con el deporte de su hijo, el club al que pertenece y la formación de todos los implicados. También propaga los valores de la entidad allá por dónde va y hace todo lo posible en aportar cualquier acción para ayudar a que las cosas funcionen mejor.

7) **Padre chófer:** Se limita a llevar a sus hijos a los entrenamientos y partidos con la prioridad de que sea feliz haciendo lo que más le gusta. No suele amar mucho el deporte pero quiere lo mejor para el niño.

#### **1.4 Los jugadores son la figura clave**

Es obvio que el análisis tanto de entrenadores como padres quedaría en vano sin adentrarnos en la figura más importante de todo, la pieza clave: los propios jugadores. Esos personajes en los que todo esto gira alrededor suyo, convirtiéndose en el motor de la investigación. Y es que, está claro que el éxito de un jugador viene determinado de sus cualidades físicas y técnicas.

En cambio –y cada vez con más naturalidad–, los jugadores tienden a perder rápidamente su fortaleza mental y confianza en sí mismos. Aquí, es dónde tiene que aparecer la figura del coaching deportivo, para que estos jóvenes deportistas no se vengán abajo moralmente y ‘echen a perder’ todas las buenas cualidades que tienen para explotar en un futuro próximo. Por ello, cada vez ha ido cogiendo más importancia el ámbito psicológico.

En estos términos, tal y cómo muestra el estudio realizado por el psicólogo en el área del Deporte, García-Naveira (2019) –autor de obras como “Aplicación profesional del coaching en el deporte: un estudio de caso único”, (2013) o “Bajo rendimiento en el Fútbol: una perspectiva psicológica”, (2018)- dice que “los deportistas adultos obtienen mayores puntuaciones en los rasgos de Estabilidad Emocional, Extraversión y Responsabilidad que los no deportistas adultos, mientras que los deportistas adultos obtienen mayores puntuaciones en los rasgos de Estabilidad Emocional, Apertura a la Experiencia y Responsabilidad que los deportistas de menor edad”. Así, el actual experto que forma parte del Área de I+D+i MAD Lions E.C., realizó un estudio a más de 100 deportistas, menores y adultos, y otros 100 adultos no deportistas.

De este modo, resulta más que evidente que, ya desde la temprana edad y desde prácticamente el momento en el que comienzan a practicar un deporte, es fundamental que empiecen a trabajar y desarrollar de manera correcta en el ámbito psicológico. Así, las probabilidades de éxito en esa persona crecerán a pasos agigantados y de esa manera evitar una reconstrucción de los valores en un futuro que podría llegar a ser más complicada.

### **1.5 Estado de la cuestión**

Se ha dejado claro que la preocupación sobre el tema del coaching deportivo ha ido aumentando a pasos agigantados. Por ello, se han realizado varias tesis, estudios o investigaciones sobre el tema. Y es que, es un apartado que implica a muchas ramas: tiene relación con el mundo de la Psicología, con el Periodismo, con la Ciencia y Tecnología y con las Ciencias de la Actividad Físicas y el Deporte (CAFD). Así, a continuación hablaré de 3 de los trabajos más me han llamado la atención.

- ***“Coaching deportivo en la preparación psicológica de jugares en baloncesto”***  
**(Ponciano Núñez, 2015):**

La primera de ellas es de la Universidad de San Carlos de Guatemala. Una tesis doctoral realizada por Pedro Danilo Ponciano Núñez para la Escuela de Ciencias y Tecnología de la Actividad Física y el Deporte (ECTAFIDE). A simple vista, y leyendo solamente el titular, pude observar como esta tesis tiene muchas similitudes al trabajo que estaba realizando. Sin embargo, como he hablado antes, este trabajo entraba en el mundo de la Educación Física, Deporte y Recreación.

Pero a pesar de sus diferencias, también varias similitudes que todo estudio sobre el coaching deportivo debe tener, como bien pueden ser el origen del ámbito, la influencia que tiene en las personas o la influencia de la personalidad y el carácter en el coaching deportivo.

- ***“La evaluación de variables psicológicas relacionadas con el rendimiento en fútbol: habilidades psicológicas para competir y personalidad resistente” (López López, 2011):***

A diferencia del anterior, esta tesis realizada por Ismael S. López López para la Universidad de Granada trata aspectos más psicológicos. A pesar de pertenecer a la rama del Departamento de la Educación Física y Deportiva, se puede observar la cantidad de enfoques que se le puede dar al tema. Además, esta investigación se centra también en el mundo del fútbol, un tema el cual estoy tratando yo mismo.

Por ello, aquí es importante conocer la actitud en la cohesión de equipo para que todos remen en una misma dirección; la atención, concentración y rendimiento, algo de lo que los expertos con los que he conseguido hablar han hecho especial hincapié; y, entre otras cosas, algo tan esencial como lo es la motivación y rendimiento en el fútbol.

- ***Aplicación profesional del coaching en el deporte: un estudio de caso único. (García-Naveira Vaamonde, 2013)***

Finalmente, el último de los tres que he decidido seleccionar ha sido un estudio de Alejo García-Naveira Vaamonde, facilitado por el mismo previo a la realización de la entrevista y realizado en el Centro de Estudios e Investigación (CEI).

En él, no se centra en ningún deporte en concreto, si no que habla en general. Sus objetivos los deja claros desde un primer momento: realizar un análisis crítico del estado actual del coaching y demostrarlo con un ejercicio práctico. Pero al igual que me dejó claro en la conversación que tuvimos, “la variedad de perspectivas también pueden ofrecer un “caos” y desconfianza, tanto entre las personas que quieren aprender a aplicarlo como en los posibles clientes”, García-Naveira (2019).

De esta manera y gracias a todas estas investigaciones, tan variadas y con tantas perspectivas, se puede ver lo que veníamos anunciando: el coaching deportivo es un

tema que puede verse desde muchos puntos de vista, no tiene unas pautas fijas y que los estudios demuestran cómo, con el paso de los días, la gente comienza a concienciarse de su la importancia que tiene esta especialidad.

## **2. MÉTODO**

### **2.1 ¿De dónde surge el interés por el tema?**

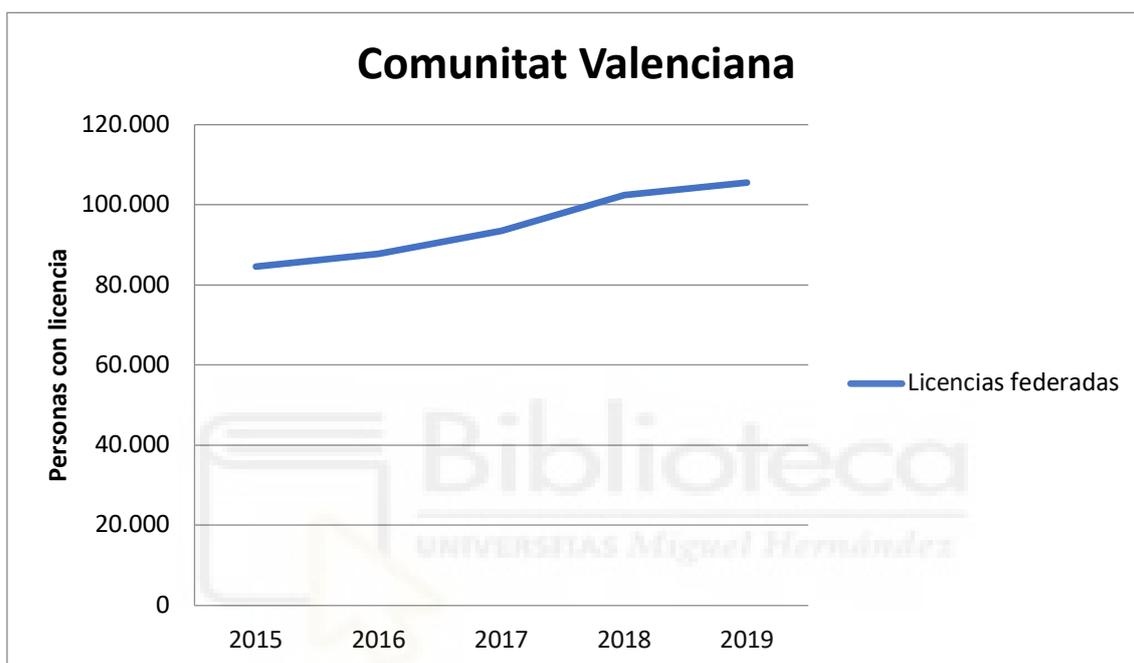
El interés por el tema del coaching deportivo nació a raíz de la contratación de Joaquín Valentí por el club de mi pueblo, el Atlético Algorfa. La llegada de este Coach, Mentor y Trainer supuso una inyección de cultura en este mundo que no quería que se quedara ahí, por lo que traté de hacer todo lo posible para que fuera a más. Lo cierto es que, a nivel personal, no estaba muy habituado a escuchar ese término y tampoco era consciente de la importancia que podría llegar a tener.

A raíz de ese instante y de la primera ponencia que nos sirvió el propio Joaquín, vi la oportunidad de hacer una investigación periodística entorno a ese tema que está ganando en enteros durante las últimas décadas. Por ello, me puse en contacto con el experto para realizar la primera de las entrevistas de este trabajo. Por aquel entonces, me dejó claro desde un primer momento que “siempre será más sencillo construir niños fuertes que reparar adultos rotos” (Valentí, 2019).

De ahí a que sea un factor determinante inculcar ya desde bien pequeños a los deportistas para fortalecer la raíz de su árbol educativo y deportivo y que, gracias a ello, esa persona tenga más probabilidades de éxito en su futuro. Animarlo cuando las cosas no le salen, medir tus palabras hacía el jugador, hacer creer que es mejor de lo que es... son algunos de las cuestiones que hay que inculcar tanto a padres cómo a entrenadores que tienen como una especie de ‘feed-back’ por parte de los jugadores.

Con todo ello, resulta lógico pensar que tratar sobre la importancia del coach en el deporte hoy en día, y en especial en el deporte rey cómo es el fútbol no es ninguna locura. Es más, cabe remarcar que según una investigación realizada por El Confidencial, en el año 2014 el fútbol nacional se había convertido en una pasión que promovía un 1’7% del PIB, correspondiente a las 42 empresas que dan forma a la Liga de Fútbol Profesional.

Además, en torno a 14 millones de personas anuales se desplazan hasta los campos de fútbol para ver distintos partidos, a los que se le suman otros 174 millones que lo ven por la tele. Y en lo que corresponde a nuestra Comunitat Valenciana, son más de 100 mil licencias de jugadores de fútbol las que están habilitadas, según muestran los datos de la Real Federación Española de Fútbol. Unos números de locura con los que es más fácil entender el auge que tiene este deporte y la importante de tratar con los más jóvenes que lo practican desde el inicio.



(Gráfico lineal sobre el ascenso de las licencias federadas en España. Fuente: RFEF)

## 2.2 Objetivo

El objetivo de esta investigación viene dado a saber y dar a conocer la evolución que ha ido teniendo la figura del coaching deportivo en nuestra sociedad durante los últimos años. Además, también era importante escuchar con voz propia la opinión de expertos adentrados en la materia, para así ser conscientes de lo que piensan ellos sobre el auge que está teniendo su profesión. Sobre todo, a la hora de potenciar ayudar a reconstruir la personalidad en aquellos deportistas de alto calibre que, de una u otra forma, han ido perdiendo confianza y han visto cómo su potencial psicológico se ha visto desvanecido. Por ello, aquí los expertos tienen que jugar un papel clave que se verá reflejado en los éxitos del deportista.

No obstante, el mundo del periodismo, fomentado por los medios de comunicación, se ha convertido en una indudable fuente para las masas para tener conocimiento de los temas. Así, es fundamental que nosotros, los periodistas, demos a conocer al mundo información en relación con el coaching deportivo para que estos tengan conciencia del calibre que pueda llegar a tener.

Entrevistas a deportistas de primer nivel; datos sobre la gente que suele acudir a profesiones de este tipo, tanto en las regiones como a nivel nacional; reportajes en relación a historias de superaciones hacia personas que han visto un notable cambio en su vida tanto social o deportiva son algunos de los temas que más pueden llegar a llamar la atención.

De ahí a que los medios de comunicación, tanto escritos, audiovisuales o sonoros podrían plantearse empezar a plantearse incluir en su agenda, bien programas o secciones destinadas a inculcar todos estos aspectos en su audiencia.

Finalmente, y a través de la realización de unos tests, quería ver los pensamientos de las tres partes implicadas en esta investigación: padres, entrenadores y jugadores. De esa manera, podía observar cómo puede influir su comportamiento y sus reacciones en relación a su mentalidad y a lo que han ido aprendiendo y desarrollando a lo largo de su vida.

### **2.3 Instrumentos**

Una investigación periodística como esta quedaría pobre si no se llevarán a cabo diferentes tipos de instrumentos o trabajos que ayudaran a enriquecer todo lo analizado y estudiado. Por ello, llegué a la conclusión de que una herramienta para ampliar la información sería la elaboración de tres tipos diferentes de test: uno enfocado hacia los padres, uno hacia los entrenadores y el último para los jugadores. Un total de 20 cuestiones en cada uno de ellos que ayudarían a comprender los motivos de sus acciones y cómo piensan cada una de las partes implicadas.

Es más, cabe remarcar que estos cuestionarios –ad hoc: “que está hecho especialmente para un fin determinado o pensado para una situación concreta”- ha sido consultados y verificados por los expertos en cuestión que han validado su eficacia. De esta manera,

solamente se ha pasado una vez a cada una de las personas, por lo que se trata de un tipo de investigación descriptiva de corte transversal y medida única.

- **En relación a los padres**

Aquí el primero de los tres, el test destinado a los padres, aquellas personas que se esfuerzan por sus hijos, que quieren lo mejor para ellos, pero que a veces sus actitudes se convierten en algo negativo para ellos.

- **En relación a los entrenadores**

Llegamos ahora al segundo parámetro de este análisis. Esa rama de la investigación que está ligada con aquellas figuras que se convierten en la pieza clave para los deportistas que quieren llegar al éxito. Ellos son los entrenadores, que en algunos casos pueden llegar a considerarse hasta una especie de “padres deportivos”.

- **En relación a los jugadores**

Y llegamos a la última y definitiva de esta especie de árbol que estamos analizando. Y se trata de la parte más importante, la figura entorno a la que rodea todo. Y no es más y menos que los jugadores, los deportistas que son el personaje principal tanto del mundo del fútbol como de esta investigación.

De esta forma, para saber cómo reaccionan las diferentes partes a determinadas situaciones que pueden resultar claves para saber el origen de las conductas que puedan llegar a tener, el desarrollo de unos test (ad hoc) ha sido básico. Mediante los resultados –que están expuestos unas páginas más adelante- los distintos personajes puestos en investigación han contestado a una serie de preguntas sobre circunstancias que pueden darse tanto en el ámbito deportivo como social.

## **2.4 Procedimientos**

A la hora de abordar el objetivo de la investigación, tuve que realizar varias herramientas para que este llegara a buen puerto. Para ello, la primera fuente que pude tener a mano, gracias a la contratación que hizo el Club Atlético Algorfa por sus servicios. Fue algo que me ayudó a sentar las bases de la investigación periodística y, a partir de ese entonces, comenzar a crecer desarrollar el trabajo.

Además, también tuve la fortuna de encontrar algunos datos y artículos, publicados por la Real Federación Española de Fútbol que fueron vitales para enriquecer el tema y poder desarrollar diferentes tipos de gráficas en relación con la evolución en ese deporte que tanta gente practica a día de hoy.

Con todo ello, tras investigar por Internet sobre la figura de qué expertos podrían servirme como una fuente de utilidad en el trabajo, encontré con dos. Mientras que el primero de ellos se trataba de una persona que a día de hoy se encontraba en una rama tan peculiar, pero que al igual que el coaching estaba ganando en entero, como lo es Alejo García-Naveira, el segundo se trabaja de Diego Gutiérrez de Pozo. Una persona que llegó a este nuevo mundo por su vocación, porque le gusta hacer lo que hace y que su trabajo se vea reflejado en el beneficio de los demás, y que ahora mismo observa como sus funciones sirven de inspiración a varios de los deportistas de élite más importante a nivel nacional.

Finalmente, realizar los test (ad hoc) para las diferentes partes implicadas en este proyecto -padres, entrenadores y, sobre todo, jugadores-, se debe percibir como una gran oportunidad para observar como son los comportamientos de la gente de cara a unaa situaciones en concreto. De esta manera, de podrá analizar mejor las causas de sus acciones, ya que muchas respuestas vienen condicionadas por otras situaciones directas o indirectamente relacionadas.

## **2.5 Entrevistas**

Las entrevistas han sido una fuente primordial en este trabajo periodístico. Poder ponerme en contacto en un principio con el propio Joaquín Valentí ya era un verdadero privilegio. Hablar con la confianza que me transmitió con un personaje que está ganando en enteros en este mundo del coach deportivo fue realmente un orgullo. Un ejemplo de superación, ya que empezó en las categorías de fútbol base de pequeños pueblos modestos de la Vega Baja y que, hoy por hoy, ya ha dado el paso para trabajar en equipos de primer nivel como lo es el Getafe CF.

El profesional me explicó cómo, después de trabajar para equipos modestos y humildes, dar el salto a clubes de primer nivel como el Getafe “hace que te des cuenta de los cambios y las exigencias que se dan en esos equipos”. No obstante, también dejo claro

que “si equipos de primer nivel como estos tienen contratados un coach deportivo ayudando a sus grupos, es porque tiene muchas herramientas potentes”. Y es que según mostró el propio experto, “según las estadísticas que me han logrado facilitar diferentes medios, con el paso de los años, cada vez son más las personas que practican fútbol en España, y todo eso hay que controlarlo y trabajarlo”.



(Gráfico de barras que muestra la evolución de las personas que juegan al fútbol en España. Fuente: Statista)

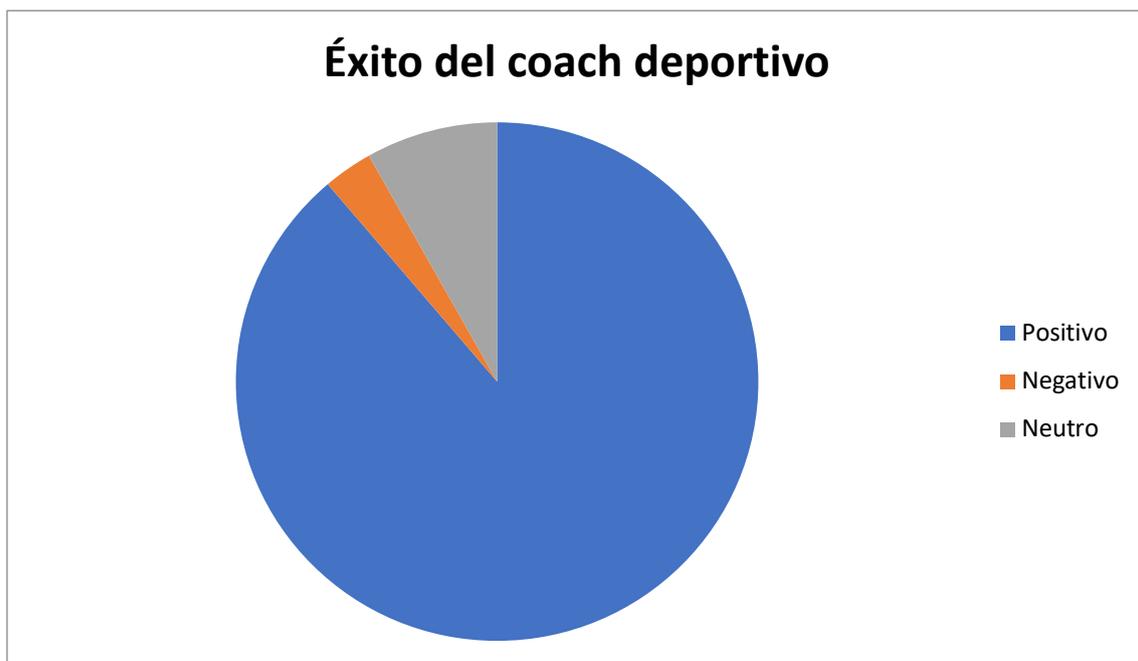
Además, también ha existido la oportunidad de facilitarme unas preguntas a Alejo García-Naveira. Si bien es cierto que este contacto tuvo que ser por medio de correo electrónico, el que es Psicólogo del Deporte Experto en Programación Mental y Coaching, facilitó muchos de sus artículos que sirvieron para recabar más información de que la tenía y contestó sin problemas a las preguntas.

Y es que, con 17 años de experiencia en el Club Atlético de Madrid, 5 años de experiencia en la Real Federación Española de Atletismo, Actualmente en MAD Lions E.C. (eSports), Alejo explicó que, del 1 al 10, “la importancia que tiene la figura del coaching entorno al éxito deportivo es de un 11”. Además, también argumentó cómo, en sus más de 15 años en la profesión, “nuestra relevancia en el deporte ha ido ganando en enteros”, haciendo especial hincapié en el tratamiento de las escuelas de fútbol base, dónde cree que la clave pasa por “hacer saber a los niños tus intenciones desde un primer momento”. Además, también explicó como inculcar a los más jóvenes los aspectos que uno quiere transmitirles: “Hay que conseguir desde el principio que se

familiaricen con los términos que tú les quieres transmitir. Educación, respeto, humildad o compañerismo son algunas de las palabras claves”

Por otra parte, la entrevista con Diego Gutiérrez del Pozo, que él mismo se define como “un apasionado del deporte” que tengo claro su objetivo “como Coach Deportivo Profesional” se realizó por vía telefónica. A día de hoy ejercer como Director del Experto Universitario en Coaching Deportivo en Universidad Camilo José Cela. Este argumentó como su libre ‘Trabajo sobre el Coaching Deportivo’, fue la “primera obra que trataba este tema”, y que con el paso del tiempo y su impacto, ha sido muy demandada, llegando a provocar que “este año se haya realizado la tercera entrega.”.

Es más, después de que deportistas de elite, como lo son José Javier Hombrados, Xavi Rabaseda o el propio Andrés Iniesta, hicieran testimonios suyos en bibliografías o distintas obras propias, aludió que es “un verdadero orgullo” saber que su trabajo está “ayudando a personalidades tan importantes” y eso, en palabras del propio profesional “es algo que se agradece”. Finalmente, Diego concluyó con la siguiente información: “Con mi experiencia en la profesión, he podido llegar a observar que hasta un 87% de las personas que acuden a un coach deportivo aumentan sus posibilidades del éxito. En cambio, de los que lo hacen, un 8% aproximadamente no tiene efectos y, tan solo un 3% van a peor”.



(Gráfico circular que muestra el éxito de la figura del coaching deportivo según los datos facilitados por Diego del Pozo)

Es más, cabe remarcar que los tres tuvieron que responder a preguntas similares, las cuales sirvieron para confirmar el objetivo de estudio de esta investigación: Todos estuvieron de acuerdo en que, con su larga trayectoria en el mundo del coaching deportivo, han observado como cada vez es más común que los clubes, incluidos los de primer nivel nacional e internacional, tiendan a contratar a un profesional para tratar y formar a todos sus equipos.

Y por si fuera poco, estos expertos coinciden también en que estamos hablando de una profesión que es muy importante a la hora de conseguir los objetivos y éxitos propuestos, por lo que no dudaron en calificar de 10 su importancia en el mundo del deporte y, en especial, en un deporte de equipo como lo es el fútbol.

### 3. RESULTADOS

#### 3.1 Análisis de los test

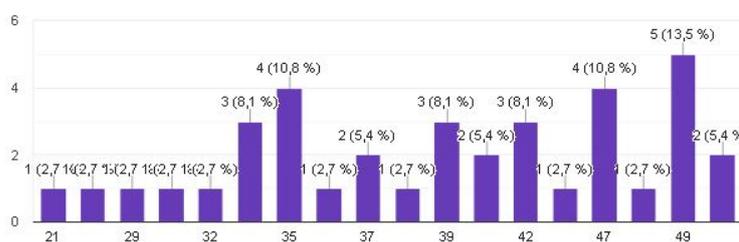
El estudio sobre la importancia de que el coaching deportivo ha ido ganando durante los últimos tiempos quedaría un poco pobre si no se realizará una investigación basada en unos test psicológicos destinados a las tres partes que se han presentado determinantes durante todo este trabajo. Diferentes tipos de padres, entrenadores y jugadores han podido contestar con buen criterio a estos cuestionarios para, de esta forma, se puedan interpretar sus distintos pensamientos y realizar así una interpretación de los resultados entorno a los porcentajes definitivos. Unas preguntas que han sido facilitadas mediante los formularios de Google y, por lo tanto, los gráficos que se verán a continuación son una serie de capturas de pantalla sobre los resultados.

- **Padres**

Hasta un total de 37 padres pudieron llegar a contestar las 20 preguntas que les pude facilitar. Todos ellos pertenecientes a la zona de la Vega Baja, comprendidos en unas edades entre 21 y 51 años. Además, de esas 37 respuestas, un 56'8% fueron mujeres.

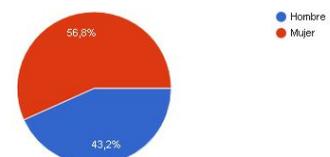
Edad

37 respuestas



Sexo

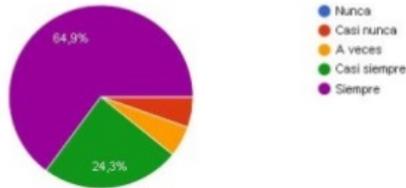
37 respuestas



Con ello, nos podemos hacer una ligera idea de que las madres, sobre todo las que se encuentran en una edad de 30 hasta 40 años, se sienten más involucradas hacia el desarrollo del deporte de sus niños, ya que de una forma u otra son ellas las que –en la mayoría de ocasiones, llevan a los niños a los entrenamientos.

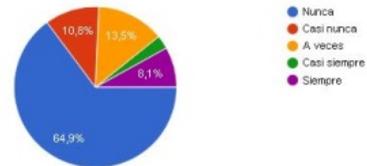
4. Le enseño que el respeto y la deportividad están antes que el resultado

37 respuestas



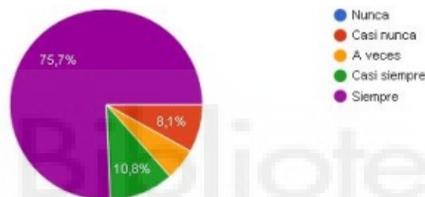
11. Cuando está rodeado de compañeros que son inferiores, me lo llevo a otro equipo

37 respuestas



13. Quiero que sea consciente de que la humildad es un factor clave

37 respuestas

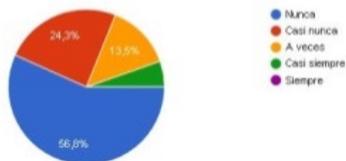


Por otra parte, también se puede observar como la mayoría de este grupo de personas se ha inculcado desde muy jóvenes en términos como compañerismo, humildad, deportividad... Al tener esa base ya los padres, hay mucho trabajo adelantado, ya que serán estos mismos los que les enseñen a sus hijos parámetros tan básicos como esos que les servirán en un futuro no muy lejano a alcanzar el éxito deportivo.

Y ligado a lo anterior, los padres también se preocupan en hacer a su niño lo más como posible mientras juega ese partido que tanto ha esperado. Acercarse a los demás padres para hacer ‘piña’ y conseguir que el equipo se convierta en una ‘pequeña familia’ también ayuda a un mayor desarrollo deportivo, al igual que lo es dejar trabajar al que manda, el entrenador, y respetar sus decisiones. Y es que, si el niño observa que desde la banda su padre o madre le está diciendo unas cosas, y desde el banquillo su propio entrenador le da indicaciones totalmente opuestas, puede generar en el conocimiento del jugador una actitud contrapuesta que siempre será negativa.

1. Doy órdenes a mi hijo desde la grada aunque vayan en contra de las del entrenador

37 respuestas



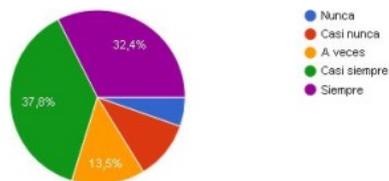
18. Pienso que sé más que el propio entrenador

37 respuestas



15. Me rodeo con los otros padres para hacer más equipo

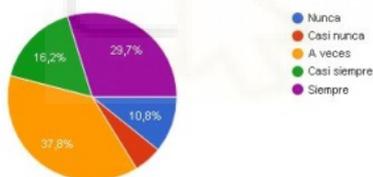
37 respuestas



No obstante, donde mayor diversidad de opiniones ha habido han sido en temas como en considerarse, además de un padre, amigo de tus hijos, o incluso aspectos más delicados a lo social y deportivo, como puede ser castigarlo sin deporte por algo que haya hecho en el colegio o llegar a hacer una autocrítica en contra de tu hijo.

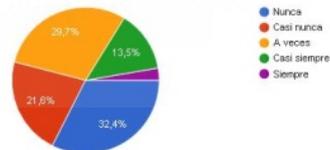
9. A pesar de ser su padre, soy también cómo un amigo

37 respuestas



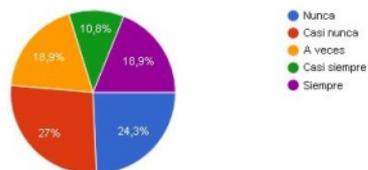
5. Cuando va mal en el colegio, lo castigo sin que pueda jugar ni entrenar

37 respuestas



10. No sé hacer autocrítica en contra de mi hijo

37 respuestas



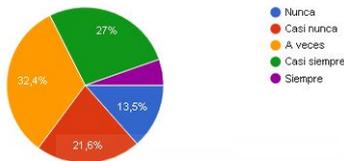
Lo cierto es que, en la mayoría de los casos, si los padres muestran un vínculo bastante cercano hacia sus hijos, estos comenzarán a ganar cada vez más y más confianza hacia la figura paterna, lo que originará que, si en un futuro le surge cualquier conflicto, vea en su figura más cercana un frente abierto con el que hablar. Sin embargo, siempre hay que saber cómo controlar esta situación, ya que desde un principio uno se tiene que

imponer como lo que es y mostrar las diferencias en torno a un amigo. Esto también conlleva a que, si tu hijo realiza alguna acción fuera de lo correcto, hay que ser capaz de verlo y criticar su actitud para que este la cambie y mejore como persona y deportista.

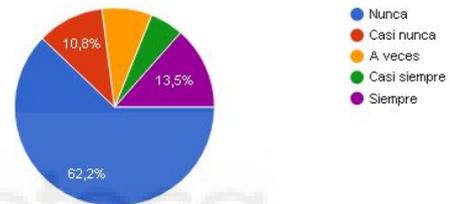
Finalmente, y en las contestaciones ya en referencia hacia el coaching deportivo, lo cierto es que la mayoría (73%) no ha hablado nunca o casi nunca con un experto. Aunque lo cierto es que los números no son tan malos como parecen, ya que un 18'9% sí que suele hablar con este tipo de gente, pero lo más posible es que estos números vayan subiendo, ya que un 32'4% consideran que su función está ligada al éxito deportivo, y otro 32'4% piensa que a veces.

20. Creo que la función del coach deportivo está ligada al éxito personal 19. He hablado con un coach deportivo

37 respuestas



37 respuestas



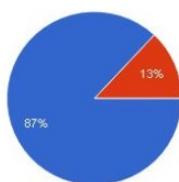
• **Entrenadores**

En cuanto a los entrenadores, fueron 23 las personas que tendieron a contestar. De ellas, curiosamente un 13% son de género femenino, lo que muestra que -a pesar de ser un porcentaje no muy elevado-, lo que se está notando durante los últimos meses, que el género femenino está ganando peso tanto en el fútbol como en otros deportes.

Además, estas personas se encuentran entre la edad de 21 y 51 años, curiosamente mismos datos que los dados en los padres. Así, las edades que más predominan son 35 y 46 años, lo que tiende a pensar que la mayoría cuentan con una buena experiencia.

Sexo

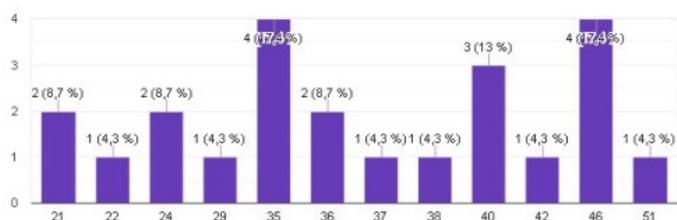
23 respuestas



Edad

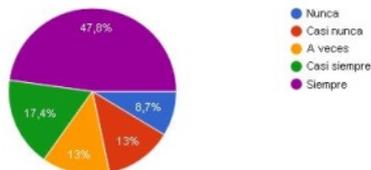
23 respuestas

● Hombre  
● Mujer

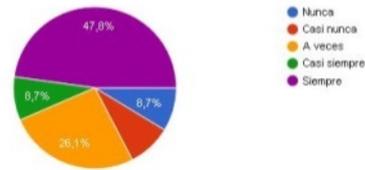


Parte del éxito de un equipo viene dado por el buen ambiente y compañerismo que exista en un vestuario. Eso es algo que los entrenadores tienen que tener claro desde un inicio y que se puede observar incluso en el fútbol profesional. Por ello, los encuestados son conscientes de ello y su actitud en estas determinadas situaciones son las que los expertos aconsejan que son las correctas para llegar al éxito.

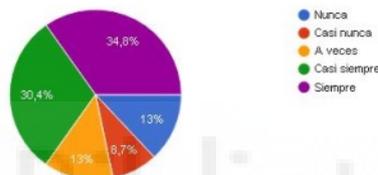
3. A mitad de temporada llega un jugador nuevo y lo presento al equipo  
23 respuestas



16. En los entrenamientos, hago ejercicios de grupo para hacer piña  
23 respuestas

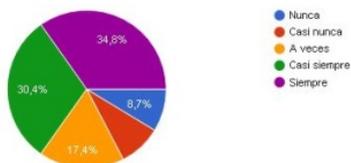


18. Mis equipos son como una gran familia  
23 respuestas

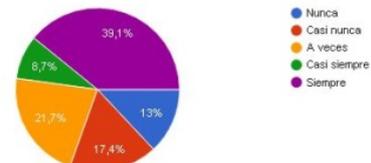


Por otra parte, y un tema que tiene relación con lo anterior, tiene que ver con la confianza que tengan tus propios jugadores hacia tu persona. Más de un 70% de los entrenadores dan por seguro tener la confianza plena de su plantilla, al igual que 15 de los 23 aseguran hablar con ‘uno de los suyos’ cuando este tiene un problema, aunque sea extra-deportivo. Es más, también tienen conocimiento de lo importante que es hacer creer a los niños que son mejores de lo que son, lo que mejorará su rendimiento y no podrá limitaciones en lo que hacen.

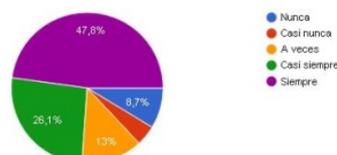
2. Cuando un jugador tiene problemas, hablo con el  
23 respuestas



17. Hago que los niños se sientan mejores de lo que son  
23 respuestas



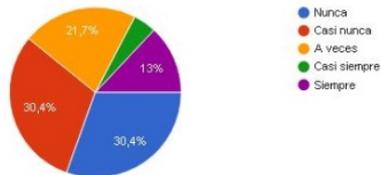
1. Hago que mis jugadores confíen en mí  
23 respuestas



Estos datos dicen mucho sobre una persona y un entrenador. Y más teniendo en cuenta los entrenadores que han logrado triunfar durante los últimos tiempos. Personas cercanas a sus jugadores, que se interesen por ellos y que consigan hacer de un vestuario un grupo de amigos son los que, a día de hoy, tienen más posibilidades de éxito debido a que consiguen el mejor rendimiento.

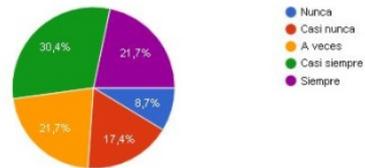
5. Creo que mis entrenamientos no dan sus frutos

23 respuestas



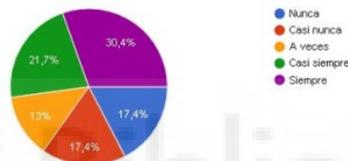
14. Intento relajar al equipo antes de un partido clave

23 respuestas



12. Cuando mi mejor jugador no obedece las órdenes, lo castigo sin importarme el partido

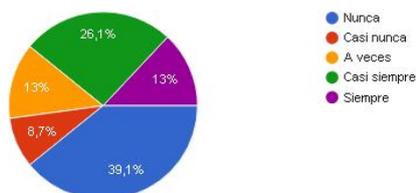
23 respuestas



Pese a todo, los técnicos se han mostrado contrariados sobre temas puramente deportivo. La mayoría no ha coincidido en un tema tan delicado como lo es castigar a tu jugador más importante en un partido por una conducta negativa realizada fuera de los terrenos. Esto ha provocado diversidad de respuestas, al igual que los ha originado el intentar relajar a tu equipo antes de un partido clave o, incluso, el convencimiento de uno mismo en tu propio trabajo, ya que el 60'8% tiene la sensación que en la mayoría de ocasiones no da el resultado esperado.

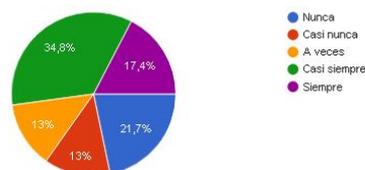
19. He hablado con un coach deportivo

23 respuestas



20. Creo que la función del coach deportivo está ligada al éxito personal

23 respuestas



No obstante, todos estos números tienen una explicación. Aunque no la mayoría, 12 de estos 23 suelen hablar con la figura del coach deportivo, lo que le ayuda a asentar las bases tanto personales como de su equipo. Además, el 52'2% sabe de la importancia

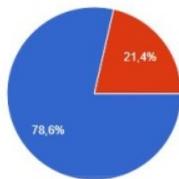
que adquiere la figura de un profesional que te ayude tanto psicológica como deportivamente para llegar a los objetivos propuestos.

- **Jugadores**

Y llegamos al punto clave. El principal elemento, la base de todo este proyecto y en la figura que más trabajan los coaching deportivos: los jugadores. 15 mujeres y 55 hombres contestaron con creces el cuestionario facilitado. Futbolistas ubicados entre la zona de la Vega Baja hasta municipios valencianos como L'Alcudia o Albalat de la Ribera, de entre 12 y 35 año han respondido con miramientos y sin tapujos a las preguntas facilitadas.

Sexo

70 respuestas



Edad

70 respuestas

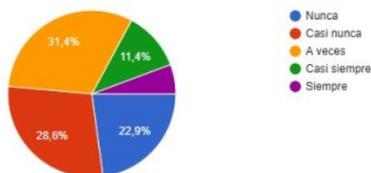


Y es que, estos mismos saben la importancia que tiene estar preparado psicológicamente. Adquiere tanto peso el ámbito mental como el físico en la mayoría de los casos, y los deportistas así lo saben. Por ello, cada vez es más importante la función del coaching deportivo, para tratar de tener una mente abierta y positiva que aumenten las posibilidades de éxito.

Por ello, el 55'5% asegura que prácticamente en ninguna ocasión pierden la confianza en ellos mismos, algo fundamental. Además, la mayoría no se viene abajo ante las adversidades o críticas hacia sus fallos y consideran que no tienen demasiada presión en situaciones que para algunos puedan ser comprometidas.

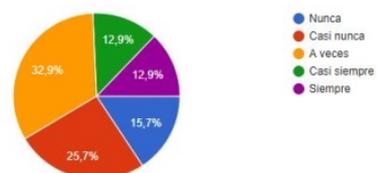
1. Pierdo la confianza en mí mismo

70 respuestas



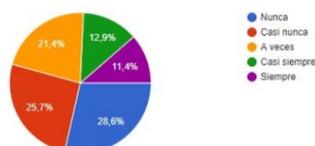
8. Tengo demasiada presión

70 respuestas



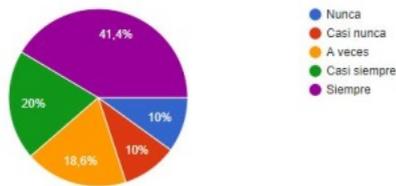
3. Cuando me gritan o ejercen presión sobre mí, me vengo abajo

70 respuestas

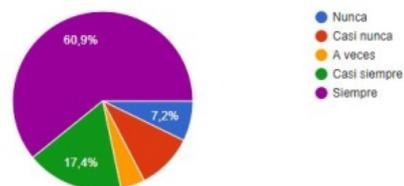


Con todo ello, también se convierte en un factor esencial el apoyo tanto familiar como social. De esta manera, el 61'4% da por seguro que su entorno le anima en todo momento a conseguir sus objetivos, lo que se convierte en un aliciente extra. Además, 33 de los 70 encuestados se motivan cuando sus padres o amigos se desplazan hasta las gradas para verlo jugar y, el 78'3% da por seguro que estar psicológicamente fuerte es esencial para alcanzar tus metas y proposiciones.

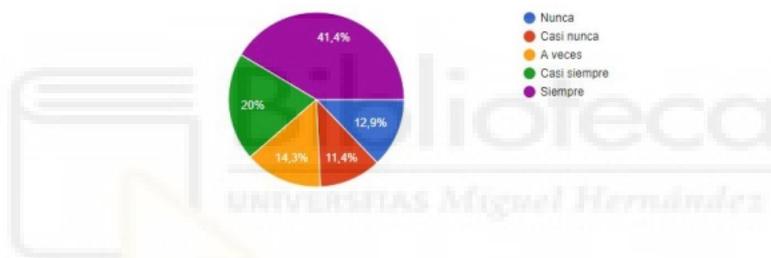
14. Mi entorno familiar me motiva para conseguir lo que quiero  
70 respuestas



16. Estar psicológicamente fuerte es clave para alcanzar metas  
69 respuestas

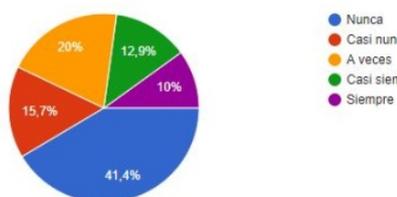


15. Que estén mis padres viéndome jugar es una motivación extra  
70 respuestas

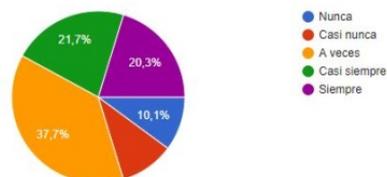


Si estás preparado mentalmente, tienes mucho ganado con vistas al futuro. Esto es algo de lo que hay que concienciar ya a los más pequeños en las diferentes escuelas de fútbol y, adentrarlos desde lo antes posible al mundo del coaching deportivo. Esto desarrollaran ramas en ellos que ninguno otro podrá hacer y los resultados de las encuestas hablan por sí solos. Si el 42% está convencido de que la figura del coach está ligada al éxito, el 22'9% suelen hablar con estos profesionales.

19. He hablado con un coach deportivo  
70 respuestas



20. Creo que la función del coach deportivo está ligada al éxito personal  
69 respuestas



### 3.2 Impacto en los medios de comunicación

La repercusión del coaching deportivo en los medios nacionales es algo curioso. Aunque es cierto que con el paso de los años las publicaciones en estos han ascendido, también lo es que no lo ha hecho todo lo necesario. Ahora, aunque sea en una baja medida, podemos observar que los medios de comunicación en España a se hacen eco de la importancia de la figura del coaching deportivo.

Esto es algo que hace algo más de una década era complicado de imaginar. Sin embargo, está todavía sentando sus bases. Medios tan importantes como lo son *Europa Press*, *El Mundo* o *la Razón* todavía se encuentran lejos de algunos de sus competidores en este aspecto. El ejemplo más claro es el de *El País*, quien desde prácticamente hace 10 años ha publicado un total de 147 artículos relacionados con el tema tratado.

Muchos pueden pensar que, debido al espacio temporal que tiene, este número es bastante bajo. Y puede que tengan razón. Pero este medio en concreto, *El País*, se encuentra a años luz de los anteriormente nombrados. Y es que, si juntamos todas las noticias sobre el coach que han publicado tanto *Europa Press*, como *La Razón* y *El Mundo*, se nos queda la pobre cifra de 32 ejemplares: 16 por parte de *Europa Press*, 21 de *La Razón* y tan solo 2 de *El Mundo*.



(Gráfico circular realizado por José Antonio Guillén según los datos encontrados en los propios medios)

Por otra parte, y ahora centrándonos en la prensa deportiva más importante de nuestro país, vemos que los diarios *Sport*, *Marca*, *Mundo Deportivo* y *AS* siguen una dinámica similar a los anteriormente nombrados.

Sorprendentemente, es el diario *As* quien ocupa la primera posición en este ranking entre los cuatro grandes medios de comunicación deportivos en nuestro país. Algo curioso, ya que en un principio no se trata el líder de la sección, pero que con el paso de las horas su número de publicaciones sobre el tema del que estamos hablando ha ido cada vez a más.

*Marca*, que hace gala del “diario online líder en información deportiva”, se encuentra en el segundo peldaño de esta clasificación entre ‘los grandes’. Un total de 136 artículos así lo abalan. De hecho, también se puede observar esa dominancia del fútbol sobre el resto de deportes: de esas 136 publicaciones, 36 están enfocadas al fútbol, al cual le siguen la sección ‘más deportes’ y baloncesto (14), y tenis (13).

Esto es algo llamativo, ya que los dos primeros puestos están ocupado tanto por *As* como por *Marca*, la ‘prensa de la capital’. Superan con creces a los artículos sobre el coaching que bien pueden publicar los medios situados en la comunidad de Cataluña. Quizá en los futuros años estas diferencias disminuyan, o incluso vayan a más, pero para eso habrá que esperar unos cuantos meses para saber qué sucederá.

Porque el tercer lugar es para el *Mundo Deportivo*, que supera a su competencia del diario *Sport* en este apartado para colocarse con 104 artículos de este interés. No obstante, también es importante destacar que este medio de comunicación, a pesar de que tiene el fútbol también como deporte rey, lo cierto es que no hay mucha diferencia entre las secciones sobre el coaching deportivo, como se ha podido observar anteriormente que pasaba con *Marca*.

Por último, *Sport* es el último colocado en este análisis sobre las publicaciones en los principales medios de comunicación líderes en nuestro país desde el año 2010. Con una pobre cifra de 78 noticias, el diario catalán se encuentra alejado de su competencia en la comunidad autónoma, *Mundo Deportivo* (104), y todavía más aún si tenemos en cuenta a los dos de Madrid: *Marca* (136) y *As* (208).

### **Publicaciones sobre el coaching de la prensa deportiva puntera a nivel nacional**

<b>Trimestres</b>	<b>Mundo Deportivo</b>	<b>As</b>	<b>Marca</b>	<b>Sport</b>
Enero-marzo	19	35	28	13
Abril-junio	35	59	52	33
Julio-septiembre	32	67	34	21
Octubre-diciembre	18	47	22	14
<b>Total</b>	<b>104</b>	<b>208</b>	<b>136</b>	<b>78</b>

(Tabla realizada por José Antonio Guillén según los datos encontrados en los propios medios)

Además, también resalta a simple vista que, observando fechas y periodos de las publicaciones, los meses que más influencia tienen son los meses de abril, mayo y junio. Curiosamente –a no ser que exista alguna competición veraniega-, son las fechas donde se deciden todas las competiciones y los jugadores tienen que estar al 100%, tanto física como mentalmente, para afrontar la parte clave de la temporada.

Sin embargo, como se puede observar en la anterior tabla, el trimestre comprendido entre julio y septiembre también tiene un alto porcentaje de las publicaciones redactadas sobre el coaching deportivo. Algo que puede resultar lógico ya que, junto al intervalo abril-junio, son los periodos que más dinamismo deportivo existe. Meses en los que se llega al final de las competiciones tanto regulares como veraniegas, al igual que entre agosto y septiembre se ponen en marcha las nuevas temporadas, por lo que la prensa hace todo lo posible para llamar la atención de sus lectores.

Con todo ello, se hace evidente que sean en estas fechas que más publicaciones tengan. Es más, en los meses restantes, es decir, desde octubre hasta mayo, se hace difícil pensar que los grandes conglomerados de comunicación puedan pedir a sus redactores que realicen noticias sobre ello, ya que es una época en la que están en juego –siempre con alguna excepción la mayoría de las competiciones.

En este caso, resulta más complicado recabar información ya que “es difícil ponerse en contacto con los expertos que trabajan en la materia, debido a que se encuentran en pleno epicentro del curso” (Valentí, 2019). Además, los medios tampoco tienen la necesidad de conocer las causas que hay detrás del éxito y como han llegado hasta ahí

esos deportistas que están compitiendo. En cambio, esta preocupación asciende ya cuando uno es campeón.

## 4. CONCLUSIONES

A la hora de realizar y observar esta investigación periodística, uno puede darse cuenta en lo que se comentaba desde un principio: la profesión del coaching deportivo es una rama que, con el paso de los años, ha ido cogiendo cada vez más y más importancia. No obstante, parece que este auge ha comenzado algo tarde, ya que a pesar de la mejora, en pleno siglo XXI sigue sin tener la repercusión mediática que se merece.

Poco a poco la gente y, en especial los deportistas, van haciéndose la idea de que para conseguir el éxito deportivo, no sólo hay que entrenarse bien físicamente. La parte psicológica coge un papel esencial y esto, al igual que lo físico, también se entrena. Y aquí es donde aparece la función del coach.

Pese a que finalmente todo ha salido de manera más que grata, lo cierto es que el camino hacia la finalización de esta investigación no ha sido de color de rosas. Ya desde un principio, alguna de las entrevistas iniciales que tenía previstas no llegaron a buen puerto y tuve que buscar otras alternativas.

Sin embargo, era consciente desde un principio de que esto podría pasar, por lo que había que estar preparado. Por suerte, después de ya tener concretados de manera segura tanto a Joaquín Valentí como a Alejo García-Neira, tuve la oportunidad de manera casi consecutiva de ponerme en contacto por Diego Gutiérrez del Pozo y, de esta manera, tener ya las tres fuentes que quería tener para poder realizar el trabajo.

Además, la búsqueda de datos e información también ha sido complicada. Lo cierto es que no había mucha información en lo que a números se refiere sobre el tema, pero finalmente decidí por centrarme en las cifras de practicantes de fútbol, tanto a nivel nacional como autonómico, y ver así como la influencia del coaching ha ido ganando en enteros al igual que ha ido incrementando la práctica del deporte rey en España.

Para ello ha sido clave los contactos que pude llegar a tener con la Real Federación Española de Fútbol, que si bien no me facilitaron datos concretos, lo que sí que me

permitieron fue acceder a varios artículos y estudios sobre la causa que ellos mismos han ido realizando durante estos años atrás.

Por último, después de realizar los test previstos, se lo facilité a Joaquín Valentí para que me diera su punto de vista y asegurarme su validez. Unos cuestionarios elaborados ad hoc que solamente difundí una vez, por lo que se convirtió en un tipo de investigación descriptiva de corte transversal y medida única.

Sin embargo, y a pesar de todas las dificultades expuestas, los deportistas de élite, y también los que practican el deporte rey a nivel mundial, el fútbol, cada vez son menos reacios a asistir a este tipo de expertos para aumentar sus posibilidades de éxito. Esto hace que existan unos brotes verdes y que durante los próximos años, e incluso décadas todo esto vaya a más.

Esto también se puede observar con los test facilitados a las distintas partes integradas en este proceso. Padres, entrenadores y jugadores tienen pensamientos unísonos sobre cómo debe funcionar, tanto equipo como jugador por jugador para llegar al éxito.

Ser un padre cercano a tu hijo, que permita que este confíe plenamente en ti para que pueda acercarse a tu persona en el caso de que le ocurra cualquier situación negativa. Además, se debe reprocharle siempre que sea conveniente algunas actitudes que sigan para fortalecer y mejorar su comportamiento. Hacer que te tenga como un amigo, pero siempre definiendo los roles oportunos es algo fundamental.

El deporte y el fútbol moderno ha ocasionado muchos cambios, incluidos en la mentalidad de los jugadores. Sólo hay que ver las figuras que han triunfado durante los últimos tiempos: Pablo Laso, Zinedine Zidane, Pep Guardiola, Phil Jackson, Roberto García, Luís Aragonés o Vicente Del Bosque. Diferentes personas, distintos deportes pero una misma manera de entenderlo.

Ser técnico es complicado y ganarte el respeto de tus jugadores todavía más. Por ello, hacer que el vestuario te vea como un líder es el primer paso para conseguir el éxito. Los entrenadores son conscientes de que tienen que hacerse valer dentro del grupo, y los coaching deportivos también. Por eso, ambos trabajan juntos para ejercer su función lo

más cercana posible al jugador para que estos se sientan más cómodos y saquen lo mejor que llevan dentro.

Pero todo esto tiene sentido si se tiene en cuenta de que el éxito de tanto el trabajo del coaching deportivo como de padres y de entrenadores va directamente ligado al de los jugadores. Estos son los protagonistas principales de las historias y, en la mayoría de los casos, con los que más hay que trabajar.

Esto no se presenta como una tarea sencilla, pero como se ha ido demostrando a lo largo de todo el proyecto, cada vez son más los jugadores que asisten a los expertos para que estos les ayuden a sacar lo mejor de sí y que sus posibilidades de éxito vayan en aumento. Hacer que se sientan fuertes anímicamente, que no se vengán abajo ante las adversidades o que sean capaces de reaccionar en determinadas situaciones negativas son algunos de los ámbitos que más trabajan los coach para hacer todavía mejor a un deportista que quiere seguir creciendo.

Algo parecido pasa en los medios de comunicación. Nosotros, los periodistas, a veces jugamos un papel más importante de lo que podemos llegar a tener idea. Si los encargados en difundir la información no realizan su trabajo la población no tendrá ni idea de lo que está sucediendo. Mucha de la gente es ajena al mundo que le rodea y sus conocimientos se basan en lo que dice tanto la prensa, como la radio o la televisión. Y parece ser que estos hacen como una especie de la *Espiral del silencio* –teoría de ciencias políticas y comunicación propuesta por la politóloga alemana Elisabeth Noelle-Neumann- que los medios utilizan para que no se conozcan algunas realidades.

Porque a expensas de que las publicaciones hayan aumentado, lo cierto es que los números siguen siendo pobres en cuanto al número de artículos refiriéndose al coaching deportivo. Y ya no sólo en los medios deportivos, que en parte sus cifras no son del todo tan pobres si los comparamos con los generalistas. Que diarios como *La Razón*, *Europa Press* o *El Mundo* superen de manera escasa las 30 noticias deja mucho que desear para unos periódicos tan importantes.

Pero a pesar de todo, los estudios no son del todo negativos y muestran como, año tras año, la gente quiere saber más sobre las funciones del coach deportivo, por lo que –

esperemos que no en mucho tiempo- ya estaremos habituados a leer información sobre esta profesión y continuará su auge.

## **BIBLIOGRAFÍA**

José M. Beirán. (2014). El papel de los padres en el deporte infantil. 22/01/2019, de AEPSAD Sitio web: <http://blog.aepsad.es/el-papel-de-los-padres-en-el-deporte-infantil/>

Psicología Deportiva. (2016). Cuestionarios. 14/11/2018, de Psicología Deportiva.net Sitio web: <http://psicologiadeportiva.net/test/es/inicio-cuestionarios>

AECODE. (2013). Blog AECODE. 24/11/2018, de Asociación Española de coaching deportivo Sitio web: <http://www.aecode.es/blog>

Eric Pérez Rodríguez. (2013). Test psicológico para jugadores de fútbol 1ª categoría. 30/10/2018, de efdeportes.com Sitio web: <https://www.efdeportes.com/efd184/test-psicologico-para-jugadores-de-f%C3%BAtbol.htm>

IESPORT. (2014). Qué es el coaching deportivo y cómo aplicarlo. 17/10/2018, de Instituto de Estudios Deportivos Sitio web: <http://www.iesport.es/es/actualidad/218-coaching-deportivo-como-aplicarlo.html>

Sapos y Princesas. (2018). 16 Consejos para padres de hijos deportistas. 03/02/2019, de El Mundo Sitio web: <https://saposyprincesas.elmundo.es/educacion/educacion-en-casa/16-consejos-para-padres-de-hijos-deportistas/>

Christian Gómez. (2015). Los 4 grandes tipos de liderazgo de un entrenador. 12/12/2018, de Psicología del deporte Sitio web: <http://psicologiadeportiva-cristhianfo.blogspot.com/2015/08/los-4-grandes-tipos-de-liderazgo-de-un.html>

TAFAD. (2017). Tipos de entrenador. 12/12/2018, de FP Actividades físicas y deportivas Sitio web: <http://www.tafadmadríd.es/blog-tafad-madríd/item/83-tipos-de-entrenador>

Javier Varela. (2017). Los tipos de padres en el deporte. 16/12/2018, de El Norte de Castilla Sitio web: <https://www.elnortedecastilla.es/padres-hijos/201701/22/tipos-padre-deporte-20170113162313-rc.html>

María Teresa Vallejo Laso. (2010). La personalidad de un futbolista según su posición en el campo. 08/01/2019, de Psicología y mente Sitio web: <https://psicologiymente.com/personalidad/personalidad-futbolista-posicion-campo>

Alejo García-Naveira. (2016). Blog Alejo García-Neira. 06/04/2019, de Blog Sitio web: <http://garcianaveira.blogspot.com/>

Patricia Ramírez Loeffler. (2016). Patricia Ramírez, psicóloga del deporte y la salud. 25/03/2019, de Psicología del deporte y la salud Sitio web: <https://www.patriciaramirezloeffler.com/>

José Félix Díaz. (2010). Fútbol, una pasión que mueve el 1,7% del PIB español. 19/04/2019, de El Confidencial Sitio web: [https://www.elconfidencial.com/deportes/futbol/liga/2010-03-27/futbol-una-pasion-que-mueve-el-1-7-del-pib-espanol\\_383249/](https://www.elconfidencial.com/deportes/futbol/liga/2010-03-27/futbol-una-pasion-que-mueve-el-1-7-del-pib-espanol_383249/)

RFEF. (2014). MAPA DE DATOS: ¿Sabes cuántas personas juegan al fútbol en tu comunidad? 11/04/2019, de Real Federación Española de Fútbol Sitio web: <https://www.rfef.es/sabes-cuanta-gente-juega-al-futbol-en-tu-ciudad>

Statista. (2017). Número de inscritos en la Federación Española de Fútbol en 2017, por comunidad autónoma. 22/05/2019, de Statista Sitio web: <https://es.statista.com/estadisticas/480095/futbol-numero-de-federados-en-espana-por-comunidad-autonoma/>

García-Naveira Vaamonde, Alejo. (2013). Aplicación profesional del coaching en el deporte: un estudio de caso único. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(2), 101-112. Recuperado en 04 de junio de 2019, de [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1578-84232013000200011&lng=es&tlng=es](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232013000200011&lng=es&tlng=es)

Pedro Danilo. (2015). Coaching deportivo en la preparación psicológica en los jugadores de baloncesto. 26/05/2019, de Biblioteca USAC Sitio web: [http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13\\_3042.pdf](http://biblioteca.usac.edu.gt/tesis/13/13_3042.pdf)

Ismael S. López López. (2011). La evaluación de variables psicológicas relacionadas con el rendimiento en el fútbol: Habilidades psicológicas para competir y personalidad resistente. 26/05/2019, de UGR Sitio web: <https://hera.ugr.es/tesisugr/20688568.pdf>

Statista. (2017). Número de inscritos en la Federación Española de Fútbol de 2010 a 2017. 22/05/2019, de Statista Sitio web: <https://es.statista.com/estadisticas/479983/futbol-numero-de-federados-en-espana/>

Guillermo Hildebrand. (2014). Brazadas contra la esclerosis. 04/06/2019, de El País Sitio web: [https://elpais.com/ccaa/2014/10/20/valencia/1413826882\\_718336.html](https://elpais.com/ccaa/2014/10/20/valencia/1413826882_718336.html)

Faustino Sáez. (2019). La indefensión de los inocentes. 04/06/2019, de El País Sitio web: [https://elpais.com/deportes/2019/01/01/actualidad/1546366504\\_438440.html](https://elpais.com/deportes/2019/01/01/actualidad/1546366504_438440.html)

Sport.es. (2018). El 'coach' Joseba del Carmen trabajará en exclusiva con Jon Rahm. 05/06/2019, de Sport Sitio web: <https://www.sport.es/es/noticias/golf/coach-joseba-del-carmen-trabajara-exclusiva-con-jon-rahm-6576107>

Ariadna Valls. (2018). El padre de Fabio Fognini acusa a Toni Nadal de coaching. 05/06/2019, de Sport Sitio web: <https://www.sport.es/es/noticias/tenis/padre-fabio-fognini-acusa-toni-nadal-coaching-7221465>

David Menayo. (05/06/2019). El método Vilda: 4-3-3, coaching y Juego de Tronos. 05/06/2019, de Marca Sitio web: <https://www.marca.com/futbol/futbol-femenino/seleccion/2019/06/05/5cf6dd0d268e3e23568b45f2.html>

Jesús Mariano Martín. (2018). "El juez que animó a Kyrgios, castigado sin arbitrar. 05/06/2019, de AS Sitio web: [https://as.com/tenis/2018/09/19/mas\\_tenis/1537346886\\_118101.html](https://as.com/tenis/2018/09/19/mas_tenis/1537346886_118101.html)

Nacho Albarrán. (2018). Mouratoglou: "Todos los técnicos hacemos 'coaching' en la pista". 05/06/2019, de AS Sitio web: [https://as.com/tenis/2018/09/09/us\\_open/1536452152\\_024617.html](https://as.com/tenis/2018/09/09/us_open/1536452152_024617.html)

# **ANEXO I: Anteproyecto**

## **1.1 Definición de la temática y el enfoque**

Mi Trabajo de Final de Grado (TFG) tiene como principal tema de estudio el auge y la importancia que ha ido ganando y teniendo la profesión del coaching deportivo en el mundo del deporte y, en especial, en el fútbol. Una disciplina que está creciendo a pasos agigantados y que, a día de hoy, incluso ya se ha inculcado en algunos de los equipos de primer nivel nacional.

El enfoque principal de mi Trabajo de Final de Grado consistirá en un estudio e investigación periodística, con declaraciones y artículos realizados por expertos, sobre las causas que han hecho que el coaching deportivo se haya adentrado en el mundo del deporte de la manera que lo ha hecho. Y es que, el fútbol ocupa desde hace ya varias décadas el primer puesto en lo que se refiere a las personas que lo practican, por lo que se ha convertido en el deporte rey sin ninguna duda. Pero según los estudios realizados por la Real Federación Española de Fútbol (RFEF), la Comunidad Valenciana se ha convertido en una de las comunidades autónomas con mayor número de deportistas federados en el panorama nacional, con más de 100 licencias.

Por ello, con el fin de analizar a fondo la importancia que está teniendo hoy en día el coaching deportivo en nuestro país y, además, analizar también la repercusión que esto tiene en los medios de comunicación, se contará con la voz de expertos en la materia como lo son Joaquín Valentí, la Asociación de Coaching Deportivo en España y Diego Gutiérrez del Pozo. No obstante, la voz de los expertos tendrá un papel clave en esta investigación, que se completará con los diferentes test divulgados y el breve análisis de diferentes estudios que, de una manera u otra, son similares al tratado.

De esta forma, la investigación periodística consigue un gran valor noticioso, ya que aglutina aspectos y temas que, si bien es cierto que hace algunas décadas no estaba la sociedad muy familiarizada con ellos, hoy en día y cada vez con más naturalidad se han ido implantando, sobre todo en el mundo del deporte.

Con todo ello, el formato empleado para la presentación de este análisis será el siguiente: una investigación repartida en diferentes parámetros, introduciendo primero el tema para conocer mejor que trata y una definición correcta, para luego adentrarme

en el método o, lo que es lo mismo, la parte principal del trabajo. Ahí se expondrán todos los elementos clave a estudiar y, luego, el apartado de resultados servirá para poder interpretarlos de manera correcta. Finalmente, en las conclusiones, se verán todas las dificultades que ha habido en esta investigación y las ideas en claro que se han logrado sacar después de todo.

## **1.2 Presentación de los objetivos de la investigación**

El objetivo principal de mi Trabajo de Final de Grado (TFG) es explicar cómo una disciplina como la del coaching deportivo, que hace no muchos años no se tenía en cuenta en el mundo del deporte y, en el fútbol, ha ido creciendo a pasos agigantados hasta tener la importancia que tiene hoy en día. De todos modos, también existe la intención de observar otros estudios realizados de similar calibre para así comparar o, incluso, enriquecer dicha investigación para no descuidar ningún detalle, teniendo en cuenta la posibilidad de cambiar el guión previo.

El perfil de los protagonistas, por lo tanto, podrá ir variando en función de la disponibilidad de estos y el interés que muestren para ofrecer su ayuda. De esta manera, tengo previstos algunos 'Planes B' a los que acudir en el caso en el que alguna de las fuentes citadas no llegara a buen puerto y las conversaciones con ellos quedaran en vacío por cualquier cosa.

En base a ello, el trabajo realizado junto a los expertos y estudios facilitado tanto por ello como encontrados en webs, se tratará de dar respuesta primordialmente a los siguientes temas:

- Origen y definición más o menos exacta del término.
- Crecimiento e importancia del coaching deportivo en nuestra actual sociedad.
- Técnicas primordiales que usan los expertos para surgir efecto en los clientes.
- Diferentes perfiles de las tres partes que más implicadas están: padre, entrenador y jugadores.
- El fútbol es el deporte preferido por la mayoría y, de ahí, la importancia que tiene tener unas buenas bases para conseguir el éxito.
- Que otras áreas también influyen en el coaching deportivo.

### 1.3 Cronograma de trabajo

En este apartado se muestra un cronograma aproximado en base a la planificación general que tendrá mi TFG. Para realizarlo, se encuentra en la parte izquierda, resaltado y en negritas, las tareas necesarias a desempeñar. Por su parte, en la parte derecha se marcará una hipotética X en los meses que está previsto que se realicen dichas funciones de cara a finalizar mi Trabajo de Fin de Grado.

Tareas	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre
<b>Reunión con tutor</b>			<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>	<b>X</b>	<b>X</b>		<b>X</b>	
<b>Documentación</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		<b>X</b>		
<b>Definición del TFG</b>				<b>X</b>								
<b>Entrevistas</b>								<b>X</b>	<b>X</b>			
<b>Publicación</b>												<b>X</b>
<b>Entrega TFG</b>												<b>X</b>

### 1.4 Relación de documentación recabada sobre el asunto

A continuación se muestra una primera y breve lista recabada de cara a mi Trabajo de Final de Grado. Cabe recordar que mis conocimientos en torno al tema del coaching deportivo surgieron prácticamente a partir del pasado mes de septiembre de 2018, lo que hace que antes de comenzar la investigación ya existan en mi cabeza unas cuestiones básicas sobre el tema a tratar. Además, esto lo conseguí gracias a Joaquín Valentí, quien también me ha facilitado uno de sus libros y me ha ayudado a encontrar más información ya desde un principio para empezar a preparar el proyecto con un cierto fundamento previo:

- IESPORT. (2014). Qué es el coaching deportivo y cómo aplicarlo. 17/10/2018, de Instituto de Estudios Deportivos Sitio web: <http://www.iesport.es/es/actualidad/218-coaching-deportivo-como-aplicarlo.html>
- María Teresa Vallejo Laso. (2010). La personalidad de un futbolista según su posición en el campo. 08/01/2019, de Psicología y mente Sitio web: <https://psicologiymente.com/personalidad/personalidad-futbolista-posicion-campo>

- Christian Gómez. (2015). Los 4 grandes tipos de liderazgo de un entrenador. 12/12/2018, de Psicología del deporte Sitio web: <http://psicologiadeportiva-cristhianfo.blogspot.com/2015/08/los-4-grandes-tipos-de-liderazgo-de-un.html>
- José M. Beirán. (2014). El papel de los padres en el deporte infantil. 22/01/2019, de AEPSAD Sitio web: <http://blog.aepsad.es/el-papel-de-los-padres-en-el-deporte-infantil/>

## 1.5 Selección y presentación de las fuentes que aparecerán en la investigación

La siguiente lista muestra una selección previa de las fuentes con las que, en un principio, tengo la intención de ponerme en contacto. Dichas personas son expertos, que de un modo u otro, ayudarán a fomentar y enriquecer esta investigación periodística. Por lo tanto, las personas en las que he pensado son las siguientes:

- **Joaquín Valentí:** Coach, Mentor y Trainer. Actualmente trabaja para un equipo de primer nivel como lo es el Getafe CF.
- **María del Carmen Capilla:** Experta en la materia, aunque actualmente y a pesar de su corta edad de 42 años, ha dejado la profesión para adentrarse y conocer nuevos mundos y proyectos.
- **Alejo García-Neveira:** A sus espaldas, 17 años trabajando para el Atlético de Madrid. Además, ha formado parte de la Federación Española de Atletismo. y ahora forma parte del Área de I+D+i MAD Lions E.C.
- **Asociación Española de Coaching Deportivo (AECODE):** La organización a nivel nacional que abarca el tema tratado. Sus profesionales e investigaciones pueden ser una fuente esencial.

## ANEXO II: Test realizados

Los test que he podido realizar gracias a la investigación por varias páginas y a mis conocimientos con el trabajo, han sido validados y corregidos por los expertos en la materia que han servido como fuentes en esta investigación. De esta manera, ad hoc – cuyo significado según la RAE es “que está hecho especialmente para un fin determinado o pensado para una situación concreta”- tiene unos fundamentos sólidos y un fin constructivo válido.

Además, solo sea pasado una vez a las personas implicadas, por lo que se trata de un tipo de investigación descriptiva de corte transversal y medida única

- **Test para padres:**

1. Doy órdenes a mi hijo desde la grada aunque vayan en contra de las del entrenador
2. Cuando mi hijo falla, se lo echo en cara
3. Hablo con él antes de un partido clave
4. Le enseño que el respeto y la deportividad están antes que el resultado
5. Cuando va mal en el colegio, lo castigo sin que pueda jugar ni entrenar
6. Creo que mi hijo es el mejor y que tiene que jugar sí o sí
7. Respeto al entrenador y lo respaldo
8. Grito a mi hijo aunque esté delante de toda la gente
9. A pesar de ser su padre, soy también cómo un amigo
10. No sé hacer autocrítica en contra de mi hijo
11. Cuando está rodeado de compañeros que son inferiores me lo llevo a otro equipo
12. Si se dirige al árbitro con desprecio y no lo castiga el entrenador, lo hago yo
13. Quiero que sea consciente de que la humildad es un factor clave
14. Cuando comete un error, lo corrijo y enseño
15. Me rodeo con los otros padres para hacer más equipo
16. Si el resto de padres le corrigen a mi hijo tras un fallo, se lo recrimino
17. Cuando el árbitro comete un error en contra de mi hijo, grito contra él
18. Pienso que sé más que el propio entrenador
19. He hablado con un coach deportivo
20. Creo que la función del coach deportivo está ligada al éxito personal

- **Test para entrenadores:**

1. Hago que mis jugadores confíen en mí
2. Cuando un jugador tiene problemas, hablo con el
3. A mitad de temporada llega un jugador nuevo y lo presento al equipo
4. Grito y pierdo los nervios con mis propios jugadores
5. Creo que mis entrenamientos no dan sus frutos
6. Tener una buena relación con los padres es importante
7. Me enfrento a los árbitros

8. Hago autocrítica cuando se pierde un partido por fallos técnicos
9. En las victorias me quedo en un segundo plano
10. Tengo buenas relaciones con compañeros de profesión
11. Los jugadores son mis amigos
12. Cuando mi mejor jugador no obedece las órdenes, lo castigo sin importarme el partido
13. Pierdo los nervios rápidamente
14. Intento relajar al equipo antes de un partido clave
15. Los padres confían plenamente en mí
16. En los entrenamientos, hago ejercicios de grupo para hacer piña
17. Hago que los niños se sientan mejores de lo que son
18. Mis equipos son como una gran familia
19. He hablado con un coach deportivo
20. Creo que la función del coach deportivo está ligada al éxito personal

• **Test para jugadores:**

1. Pierdo la confianza en mí mismo
2. Me cuesta estar tranquilo antes de jugar un partido
3. Cuando me gritan o ejercen presión sobre mí, me vengo abajo
4. No paro de luchar en todo el encuentro, sin importar del resultado
5. Me cuesta ponerme metas y conseguirlas
6. Si veo que mis compañeros no rinden, me contagio de ellos
7. Cuando llego nuevo a un equipo no hablo con nadie
8. Tengo demasiada presión
9. Tengo charlas personales con el entrenador para que sepa mi situación
10. Se me hace más fácil relacionarme con personas de mi entorno deportivo
11. Cuando a la mañana siguiente hay un partido importante, me cuesta coger el sueño
12. Los nervios me impiden sacar lo mejor de mí
13. Pienso que mi esfuerzo no sirve para nada
14. Mi entorno familiar me motiva para conseguir lo que quiero
15. Que estén mis padres viéndome jugar es una motivación extra
16. Estar psicológicamente fuerte es clave para alcanzar metas

17. Considero que el entrenador es mi “padre deportivo”
18. Hablo con gente que no conozco sobre mis problemas
19. He hablado con un coach deportivo
20. Creo que la función del coach deportivo está ligada al éxito personal

### **ANEXO III: Entrevistas**

Parte fundamental a la hora de afrontar el trabajo. Pese a tener algunas dificultades, lo cierto es que finalmente las fuentes han sido todo lo correctas que esperaba, por lo que han tenido una gran importancia en base a los conocimientos, datos e información que he podido recabar para mi estudio.

- **Joaquín Valentí**

**Pregunta: Del 1 al 10, ¿cómo de importante calificarías la función del coach entorno al éxito deportivo?**

Respuesta: Yo lo calificaría de 10. Creo que el coaching deportivo cada vez tiene más repercusión dentro de los equipos y, sobre todo, los transforma. ¿Por qué los transforma? Porque cambia a las personas dentro de ese grupo, por lo que es una profesión que considero como una herramienta muy potente en la que creo, y mis resultados así lo avalan. Siempre digo que yo no gano ni pierdo partidos, pero mi función ayuda mucho en la mejora del rendimiento del equipo.

**P: ¿Qué consejo darías a los clubes para que comiencen a trabajar ligados a un coaching deportivo?**

R: Les diría que equipos de Primera División, como pueden ser la Real Sociedad o el Getafe trabajan de manera casi diaria con un coach, lo que les está permitiendo tener resultados muy buenos. Si equipos de primer nivel como estos tienen a esta gente ayudando a sus grupos, es porque tiene muchas herramientas potentes.

Además, según las estadísticas que me han logrado facilitar diferentes medios, con el paso de los años, cada vez son más las personas que practican fútbol en España, y todo eso hay que controlarlo y trabajarlo. No obstante, también es cierto que ese profesional

tiene que estar preparado en el mundo específico del fútbol, al igual que los conocimientos que tenga sobre el deporte y su experiencia.

**P: ¿Qué diferencias has observado después de trabajar con las escuelas de equipos humildes, como lo son el Atlético Algorfa o el Sporting Guardamar, a dar ya el salto y tratar con el fútbol base de equipos de primer nivel como el Getafe CF?**

Al final todo son detalles. Con los entrenadores que he tratado en el Getafe ya son gente con unas bases sólida y preparada. En cambio, a pesar de que el Sporting Guardamar tenía entrenadores muy bien dotados debido a que he estado con ellos muchos años y llevan años formándose, lo que pasaba en el Atlético Algorfa es que había habido un cambio de dirección y los técnicos eran gente nueva y joven.

Además, en el Getafe también existe una ‘cierta presión’ para conseguir los objetivos, ya que estas trabajando para el fútbol base de un equipo de la Primera División. Pese a ello, creo que se han obtenido los resultados esperados, por ejemplo salvar al Juvenil B de la Liga Nacional, dónde fuimos a Valdebebas para jugar contra el Real Madrid entrenado por Raúl González Blanco que no había perdido ningún partido en casa y allí fue dónde conseguimos mantener la categoría.

**P: Según varios estudios, el coach deportivo ha ido aumentando su importancia con el paso de los años. ¿Crees que esta disciplina continuará ganando cada vez más peso?**

Yo creo que sí. Tanto el psicólogo deportivo como el coach deportivo son figuras que cada vez son más prioritarias dentro de cada equipo de cada club de fútbol. Cuando tienes que gestionar a más de 20 niños o futbolistas, a lo largo de la temporada siempre se dan problemas o situaciones que solucionar, por lo que tanto los propios jugadores como el entrenador necesitan ayuda. Y aquí es donde tiene que aparecer la figura de profesionales como nosotros, ya que es fundamental para el desarrollo de los equipos deportivos, en este caso los clubes.

**P: ¿Con qué palabras definirías tu trabajo como profesional?**

R: Desde el principio me he sentido identificado con palabras como educación deportiva, valores, transformación, liderazgo y motivación. Con mis pilares

fundamentales en los cuales yo trabajo porque creo que la formación sobre todo en el fútbol base, tiene que ser esa: ayudar a transmitir valores a todos los equipos. Este deporte debe servir para enseñarles aspectos fundamentales de la vida a los chicos y ayudarles en su motivación y gestión del trabajo, ya que todo no se consigue a la primera. Esa es un poco la línea que sigo yo en los sitios donde trabajo.

- **Alejo García-Neira**

**Pregunta: En vistas de que has relacionado con muchos jugadores en el mundo del deporte, ¿qué diferentes tipos determinarías que hay, según su personalidad?**

R: Es cierto que se pueden dar diferentes rasgos de personalidad según la persona. Pero también lo es que es muy difícil determinar unos parámetros fijos. Los estudios e investigaciones que he podido realizar han demostrado que los deportistas más ‘maduros’ obtienen mayores puntuaciones en los rasgos de Estabilidad Emocional, Extraversión y Responsabilidad que los adultos que no están caracterizados con el deporte. En cambio, también se ha podido observar que los deportistas más mayores obtienen mayores puntuaciones en los rasgos de Estabilidad Emocional, Apertura a la Experiencia y Responsabilidad que aquellos deportistas que se les suelen llamar ‘novatos’, esos de corta edad y que acaban de adentrarse en este mundo.

**P: Con 17 años de experiencia en un club tan importante como lo es el Atlético de Madrid, ¿cómo has observado la evolución de, en este caso tu profesión, y cómo ha ido ganando en enteros durante los últimos años?**

Esos datos que estás comentando muestran la larga trayectoria que tengo en cuanto a coaching deportivo se refiere. Y en todos estos años, he visto como la profesión ha pasado por varios niveles: de no tener casi ninguna repercusión a nivel prácticamente regional, ha pasado a ser un término muy globalizado y que se está teniendo en cuenta casi internacionalmente. Y no me refiero sólo en el mundo del fútbol. Como bien sabrás, he trabajado para varias disciplinas más, como bien puede ser el atletismo, donde también he podido observar todo este cambio que siempre es positivo tanto para la rama del coach como para los profesionales que nos dedicamos a ella.

**P: Además, también has entrenado a categorías de fútbol base. ¿Cuál era la clave para hacer saber a los niños lo que tú les querías transmitir desde un primer momento?**

R: Hay que conseguir, ya desde un principio, que se familiaricen con los términos que tú les quieres transmitir. Educación, respeto, humildad, compañerismo... son algunas de las palabras claves que hay que enseñar a los más pequeños ya desde el inicio. Si eso se consigue, se habrá dado un paso muy importante en su formación y educación, tanto deportiva como psicológica.

**P: ¿Crees que la figura del coach tiene techo o, en cambio, seguirá cogiendo cada vez más importancia durante los futuros años?**

Como te comentaba antes, es una disciplina que ha ido cambiando a mejor. No sé exactamente si tendrá ese 'techo' como tú dices, pero lo que está claro es que se encuentra en una posición muy positiva y tiene pinta que esto no se va a detener aquí. Y más aún si tenemos en cuenta que, si hubiera que calificar importancia de la profesión del 1 al 10, yo le pondría un 11.

- **Diego Gutiérrez del Pozo**

**Pregunta: Según he podido observar en su web, ha sido evaluado e incluso ha conseguido que deportistas de élite a nivel nacional, como lo son José Javier Hombrados, Xavi Rabaseda o el propio Andrés Iniesta hagan testimonios suyos en sus trabajos. ¿Qué siente uno al ser consciente de ello?**

Respuesta: La verdad es que todo eso es de agradecer. Observar cómo mi trabajo influye en deportes de tan alto calibre es un verdadero orgullo. Sí que es cierto que he tenido la oportunidad de hablar con algunos de ellos, pero jamás imaginé tanto reconocimiento.

Como te digo, me alegro mucho de ver que mi trabajo da sus frutos y, si a todo eso le sumas que consigo ayudar a gente, mejor que mejor. Además, siempre les agradezco a todos su esfuerzo y que tengan en cuenta mi trabajo.

**P: En su blog hay varios de sus artículos o estudios realizados. Sé que son muchos, pero ¿algún trabajo que haya realizado le guarda un cariño especial por todo lo que lleva detrás o alguna otra razón?**

R: Todos los trabajos o estudios que realizo tienen alguna historia detrás. Pero si tuviera que elegir sólo a uno de todos los que hay, creo que lo me quedaría con la obra sobre el 'Trabajo del coaching deportivo'. Fue el primer libro que se lanzó a nivel nacional sobre el tema y creo que ha impactado en más gente de la que pudiera llegar a imaginar cuando se iba a publicar. Además, con el paso de los años no se ha quedado estancado y este mismo año hemos logrado sacar ya la tercera edición de este libro. Así que está claro que es un trabajo al que le tengo un cariño especial por todo lo que ha significado

**P: Se ha comprobado que la figura del coaching deportivo está creciendo durante los últimos años. ¿Crees que con el tiempo esto aumentará y cada vez vaya gozando de más peso?**

R: Así es. Tienes razón en lo que dices. Yo llevo ejerciendo la profesión de coaching deportivo desde hace prácticamente 10 años y está claro que ha evolucionado a pasos agigantados durante todos estos años. Es más, ha llegado hasta un punto tan alto que se ha convertido en una de los trabajos más importantes para el deportista. Decir que el único sería una locura, pero tanto el trabajo mental como físico puede que haya habido momentos en los que se quedaran a la par.

No obstante, la sensación que tengo es que todo este auge no se va a detener. Es más, no sé cual será el techo de esta profesión. Lo que sí que tengo claro es que cada vez está más presente en la vida del deportista profesional.

**P: ¿Qué le dirías a esa gente que no cree en esta profesión y piensa que es una pérdida de tiempo?**

R: Sinceramente creo que no les diría nada. Vivimos en una sociedad en la que cada uno es libre de pensar lo que él mismo quiera. Esto es igual que el que elige ir al gimnasio, ir a leer... Aquí es uno el que da el paso para hablar con un profesional como yo. Lo único cierto y que se puede demostrar con datos es que tiene su repercusión y que los deportistas que tienden a dejarse en manos de profesionales, tienen más posibilidades de éxito que el resto.

Es más, con mi experiencia en la profesión, he podido llegar a observar que hasta un 87% de las personas que acuden a un coach deportivo aumentan sus posibilidades del éxito. En cambio, de los que lo hacen, un 8% aproximadamente no tiene efectos y, tan solo un 3% van a peor. Pero en estos casos, en gran parte es porque el cliente no está cumpliendo del todo con lo que se le pide.

**P: ¿Has tenido alguna vez conflictos con clientes?**

R: Es difícil impedir situaciones complicadas en algunas ocasiones. Pero bueno, son simplemente anécdotas que se dan en contadas ocasiones y quedan en eso. Yo trato siempre de quedarme con lo positivo, que es lo que realmente importa.

**P: De una manera breve, ¿puede definirme lo que vive y lo que siente ejerciendo la profesión de coaching deportivo?**

R: Pues lo definiría dividiéndolo en dos partes. Por un lado, esa gratitud y felicidad que te comentaba antes de ver cómo mi trabajo da sus frutos y sirve para ayudar a la gente. Disfruto con el coaching deportivo ya que me hace aprender, crecer y sentirme más equilibrado en mi vida personal y profesional. Cuando vives y transmites esto a las personas con las que trabajas se consiguen metas extraordinarias. Por lo tanto, cuando la gente lo pregunta, yo siempre digo que sirve para hacer felices a las personas.

Por otra ver, creo que se viven y experiencias únicas que muy pocas veces suelen repetirse. Adentrarse en este mundo te sirve para abrirte la mente hacia otros temas e indagar sobre algunas cuestiones que jamás te hubieras planteado y que te sorprenden en la mayoría de las ocasiones.